LA NAZIONE

15 MAR. 1994

PAGINA 1

«I vizi? Fanno bene alla salute»

Contrordine dal Cnr: guai rinunciare a Bacco, tabacco e Venere...

Finalmente una buona notizia per chi fuma, beve caffè, ama i dolci e perchè no anche il sesso, insomma vive come si comanda, infischiandosi delle mode igieniste importate dai paesi anglosassoni. Il vizio fa bene. A sostenerlo, davanti a un estasiato pubblico di gaudenti, è stato un insigne psicofarmacologo inglese, David Varburton, che ieri ha presentato a Roma una ricerca sul piacere svolta in vari paesi europei, tra i quali il nostro. Ebbene, Varburton ha scoperto quello che il nostro buonsenso andava sostenendo da sempre. I vizi, purchè contenuti, sono un ricostituente per il nostro corpo. O per meglio dire, il piacere fa piazza pulita dello stress, tiene lontane molte malattie, consente quel benessere della psiche che, come un bicchiere di vino, poi si diffonde nel corpo e ne aumenta le capacità immunitarie.

Quale la soglia tra il vizio salutare e i rischi, sempre presenti, dell'eccesso? Come già sapevamo, o credevamo di sapere, tutto dipende dall'individuo. Ognuno, se è onesto con se stesso, sa quando è il caso di finirla coi cioccolatini, con le sigarette, con quant'altro gli procura piacere. Ma se proprio non riesce a scoprirlo, sappia allora che è sempre meglio smettere un attimo prima di sentirsi sazi.

E' chiaro che non tutti, fra i medici, sono d'accordo con il nostro Varburton. E anche ieri, a Roma, voci autorevoli si sono alzate contro di lui. Ma quello che interessa, per ora, a noi viventi, è che si sia invertita una spirale che stava conducendo le masse dei paesi più avanzati verso una sorta di eutanasia collettiva. In certi ristoranti della California si mangiano solo cibi dietetici, ovviamente non si fuma e non si beve, l'aria è purificata, e tutto viene servito in contenitori di plastica. Questi davvero sono gli eccessi, anzi gli stravizi, ai quali l'umanità ha il dovere di ribellarsi.

[M.N.]

2048393667

Source: https://www.industrydocuments.ucsf.edu/docs/jqfl0000